

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR GRAFIK	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Rumusan Masalah	12
D. Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian.....	13
F. Batasan Penelitian	13
G. Struktur Organisasi Skripsi	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	16
A. Deskripsi Teori.....	16
B. Teori Pendidikan	17
C. Konsep Pendidikan Jasmani.....	19
D. Model Pembelajaran <i>Problem Based Learning</i> (PBL)	22
E. Model Pembelajaran Konvensional	31

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

F. Self Efficacy	33
G. Beladiri	34
H. Perilaku Pertahanan Diri (<i>Self Defense</i>)	35
I. Teori Belajar Perilaku	37
J. Teori Kognitif Sosial.....	40
K. Keterkaitan Pembelajaran PBL terhadap <i>Self efficacy</i> Pertahanan Diri.....	43
L. Keterkaitan Model Pembelajaran Konvensional terhadap <i>Self Efficacy</i> Pertahanan Diri	48
M. Hipotesis Penelitian	51
 BAB III METODE PENELITIAN	 52
A. Metode Penelitian.....	52
B. Desain Penelitian.....	55
C. Populasi Dan Sampel	57
D. Instrumen Penelitian.....	59
E. Uji Coba Instrumen	64
F. Prosedur Penelitian.....	67
G. Program Perlakuan	67
H. Teknik Analisis Data	70
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	 76
A. Deskripsi Proses Pelaksanaan Penelitian	76
B. Deskripsi Profil Pembelajaran Pertahanan Diri	77
C. Hasil Penelitian	79
a. Statistik Deskriptif.....	80
b. Uji Normalitas Data	82
c. Uji Homogenitas Data	83
d. Uji Hipotesis.....	84

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

D. Deskripsi Data Observasi Kemampuan Pembelajaran Gerak Pertahanan Diri Pretest-Posstest Eksperimen Dan Kontrol.....	88
E. Diskusi Pembahasan Hasil Penelitian	93

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 97

A. Kesimpulan.....	97
B. Saran.....	99

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

*PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Karakteristik Pengertian Pendidikan.....	18
Tabel 3.1 Jadwal Perlakuan Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	53
Tabel 3.2 Kelompok Eksperimen.....	58
Tabel 3.3 Kelompok Kontrol.....	58
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Indikator Self Efficacy.....	60
Tabel 3.5 Pertanyaan Angket Self Efficacy.....	61
Tabel 3.6 Kategori Penskoran Alternatif Jawaban	61
Tabel 3.7 Contoh Angket Self Efficacy Pertahanan Diri	62
Tabel 3.8 Kisi-Kisi Observasi Pertahanan Diri	63
Tabel 3.9 Kategori Penskoran Alternatif Jawaban	63
Tabel 3.10 Contoh Lembar Penilaian Observasi	64
Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas	65

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Tabel 3.12 Reliability Statistics	66
Tabel 3.13 Koefisien Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i>	66
Tabel 3.14 Langkah-langkah Program Perlakuan Kelompok Eksperimen	67
Tabel 4.1 Pernyataan Tidak Valid	78
Tabel 4.2 Rata – Rata, Simpangan Baku, <i>Minimum, Maximum Pretest-Posttest Self Efficacy</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	80
Tabel 4.3 Perolehan Rata – Rata Skor Gain <i>Self Efficacy</i>	81
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Data	83
Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas Data	84
Tabel 4.6 Hasil Uji <i>Paired Samples Test</i> Kelompok Eksperimen	85
Tabel 4.7 Hasil Uji <i>Paired Samples Test</i> Kelompok Kontrol	86
Tabel 4.8 Hasil Uji <i>Independent Samples Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	87
Tabel 4.9 Descriptive Statistics Eksperimen	89
Tabel 4.10 Descriptive Statistics Kontrol	91

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Faktor Interaksi	41
Gambar 2.2 Konsep PBL dalam membentuk Gerak Pertahanan Diri	47
Gambar 2.3 Konsep Pembelajaran Konvensional dalam membentuk Gerak Pertahanan Diri	50
Gambar 3.1 <i>Pretest- Posttest Control Group Design</i>	55
Gambar 3.2 Langkah- Langkah Penelitian	56

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Rata-Rata <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	81
Grafik 4.2 Perolehan Rata- Rata Gain <i>Self Efficacy</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	82
Grafik 4.3 Nilai Rata-rata Pretest dan Nilai Posstest Observasi Kelompok Eksperimen	90
Grafik 4.4 Nilai Rata-Rata Pretes Dan Posstest Observasi Kelompok Kontrol	91

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Grafik 4.5 Skor Gain Observasi Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol	92
Grafik 4.6 Gain Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada <i>Self Efficacy</i> dan Pertahanan Diri	93

DAFTAR LAMPIRAN

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

***PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Lampiran 1. SK

Lampiran 2. Jadwal Bimbingan Skripsi

Lampiran 3. Surat Keterangan Dari Sekolah

Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Lampiran 5. Dokumentasi

Lampiran 6. Lembar Angket Self Efficacy Pertahanan Diri

Lampiran 7. Lembar Observasi Perilaku Pertahanan Diri (*Self Defense*)

Lampiran 8. SKPI

Sheila Widiyanti Rusmana, 2015

**PENGARUH PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING TERHADAP SELF EFFICACY
PERTAHANAN DIRI DALAM PENGAJARAN PENDIDIKAN JASMANI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu